



Formacode : 44022 - Code Rome : K1301



## LA PREVENTION DE L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL DANS LA RELATION A LA PERSONNE DÉPENDANTE

### PUBLIC VISÉ

Tout public  
Plan de développement des compétences  
Individuels payants

### NATURE DE LA VALIDATION

Validation de la formation :  
attestation des acquis de formation

### DUREE

Durée moyenne : contenus et durées individualisés.  
Durée en centre : 18 heures  
Durée hebdomadaire moyenne : 18h / semaine  
organisation selon la demande

### DATES PREVISIONNELLES

Du 01/01/2019 au 31/12/2019.  
Sessions organisées en intra-entreprise toute l'année

### LIEUX DE FORMATION

GMTI77  
Centre Melun Victor Hugo  
30-32 Boulevard Victor Hugo  
77000 MELUN  
contact@gretamti77.fr  
Tél : 01 64 10 29 50

### CONTACT

Sabine Gueret  
melun@gretamti77.fr

### TARIFS

Prix tarif public maximum :  
378,00 €.

### OBJECTIFS

- comprendre la notion d'épuisement professionnel
- identifier les facteurs concourant à l'épuisement professionnel
- identifier les situations des personnes âgées suicidaires et dépressives
- repérer les signes de l'épuisement professionnel
- contribuer à déterminer les moyens d'aide dans une démarche de prévention

### CHAMP PROFESSIONNEL - MÉTIERS VISÉS

tout professionnel exerçant auprès de personnes dépendantes, âgées ou non, en structure (EHPAD, MAS, etc.) ou à domicile (associations et entreprises d'aide à domicile)

### PRE-REQUIS

Positionnement : aucun.

### MODALITES DE RECRUTEMENT

Inscriptions du 01/01/2019 au 31/12/2019 au Centre Melun Victor Hugo à MELUN.

### MODALITES PEDAGOGIQUES

études de cas - travaux de groupe  
mises en situations professionnelles  
diversité de supports adaptés aux publics (fiches pratiques, photos, pictogrammes)  
apports théoriques  
analyse de pratiques professionnelles

### CONTENUS

#### Définitions et contexte ; les causes et conséquences

- ▶ L'épuisement professionnel ou burn out : définitions et contexte d'émergence
- ▶ Les professionnels les plus sensibles
- ▶ Les signes d'alerte : fatigue chronique, frustration, insatisfaction, culpabilité , démotivation
- ▶ L'isolement dans les relations professionnelles
- ▶ Les conséquences du burn out sur l'environnement professionnel

#### La prévention de l'épuisement professionnel

- ▶ Rôle de l'encadrement et apport du travail en équipe
- ▶ Rôle de l'institution et organisation du travail
- ▶ La prévention des situations à risque des patients âgés
- ▶ Communiquer avec ses proches
- ▶ Adopter une posture positive : faire un bilan, prendre du recul, se former, rechercher le plaisir

#### La demande d'aide

- ▶ Savoir dire non
- ▶ Savoir demander de l'aide : quand, à qui, comment?